PSIHANALIZA
Curs nr. 01

DISCIPLINE SI INSTRUMENTE IN PSIHANALIZA

Definitie: Psihanaliza este un sistem de discipline centrat pe ideea de inconstient.

PSIHOTERAPIA

1. TRANSFERUL

Fenomen psihic care consta in retrairea anumitor sentimente, reprezentari, retraire care se realizeaza vis-à-vis de personalitatea psihanalistului, fiind o reeditare a sentimentelor pe care respectivul le-a trait in copilarie in legatura cu persoana aplagiata.

Psihanaliza, ca principal instrument foloseste interpretarea transferului.

Jung considera ca nevroticul sufera de infantilism, adica de faptul ca dezvoltarea psihica s-a oprit in diferite puncte si ca atare se comporta precum copiii. Asadar, daca nevroza este un infantilism, atunci vindecarea psihanalitica este un proces de maturizare si nu unul de eliminare a simptomelor.

Cadrul psihanalitic urmareste scopul de a favoriza dezvoltarea transferului.

Elementele cadrului care favorizeaza dezvoltarea transferului sunt:

- neutralitatea cadrului – personalitatea reala a psihanalistului nu trebuie sa transpara in elementele care alcatuiesc cabinetul sau; neutralitatea favorizeaza dezvoltarea transferului prin faptul ca pacientul nu are un sentiment concret fata de personalitatea psihanalistului pe care nici nu il vede si astfel proiectia imaginarului asupra terapistului este facilitatea;
- modul de prezentare al psihanalistului – sa se instaleze intr-o anumita neutralitate care sa nu lase sa transpara elemente strict personale ale fiintei sale;
- contratransferul – nu este atat impactul pacientului, ci reactia inconstienta a analistului fata de transferul pacientului.

2. REZISTENTA

In psihanaliza, reprezinta totalitatea manifestarilor pacientului care se opune procesului analitic. Devine fenomen paradoxal atunci cand apelul la ajutorul psihanalistului vine din partea pacientului. Freud spunea :”psihanaliza este o pshioterapie care se desfasoara in conditii de rezistenta”. Modalitatea de a depasi rezistenta este analiza rezistentelor. Din punct de vedere al tehnicii psihanalizei, analiza rezistentelor precede analiza continuturilor care sunt aparate prin aceste rezistente.

3. INTERPRETAREA

Reprezinta instrumentul principal al psihanalistului. Psihanaliza este acea forma de psihoterapie care interpreteaza transferul, care se adauga la folosirea transferului, folosire care este caracteristica pentru orice psihoterapie. Interpretarea transferului, care e considerata cea mai eficienta forma de

interpretare, se refera la sentimente, ganduri, atitudini, comportamente pe care le dezvolta pacientul fata de psihanalist relevandu-le faptul ca toate sunt anaeronice, in sensul ca desi in aparenta il vizeaza pe analist, in fapt sunt modele de comportament elaborate in copilarie in interrelatiile familiale si care nu mai sunt conforme cu Eul matur al pacientului ceea ce face ca o buna parte din comportamentul sau sa fie inadaptat. Interpretarea readuce in fata Eului matur aceste scheme pentru a releva caracterul inadaptat si anacronic.

4. INSIGHT

Reprezinta momentul in care pacientul pe baza analizei de pana atunci isi da seama de un adevar care-l priveste si care pana in momentul respectiv ii ramasese ascuns (revelatie). Acest moment reprezinta rezultatul unui proces indelungat in care se imbina interpretarea rezistentelor cu interpretarea transferului.

5. PERLABORAREA

Reprezinta fenomenul de adancire a unor rezultate deja obtinute in analiza. Apare in partea finala a analizei.

Spre deosebire de alte terapii si psihoterapii, psihanaliza este o psihoterapie cauzala si nu simptomala. Vindecarea in psihanaliza este un proces de maturizare psihica. Nevroza este in principal o forma de infantilism (blocaj in transfer).

PSIHOPATOLOGIA

Inconstientul psihic poate deveni in anumite conditii patogen. In viziunea lui Freud *simptomul nevrotic este o manifestare modificata a unor conflicte psihice inconstiente, in special a conflictului dintre natura si cultura*. Freud a descoperit ca *reprimarea anumitor tendinte ale sexualitatii umane care sunt naturale, reprimarea de catre cultura a acestor tendinte dincolo de anumite limite produce imbolnavirea psihica de tip nevrotic*. In epoca in care apare psihanaliza (victoriana), morala predominanta era foarte restrictiva la adresa sexualitatii. Cand Freud spune ca “nevrozele au o etiologie sexuala” se refera la sexualitatea infantila (sexualitatea care se dezvolta in primii ani de viata).

Adler constata ca principalele conflicte nu sunt atat intre tendintele sexualitatii infantile si cerintele culturale, ci Adler considera nevroza ca un esec al incercarii de a prelucra dorinta de autoafirmare. Conflicte inconstiente care tin de problemele sociale ale individului (autoafirmare, inferioritate, compensare, supracompensare) – Adler.

Jung sustine ca nevrozele s-ar datora absentei unor arhetipuri din plan constient (elementul principal al constientului colectiv – arhetip).

Psihanaliza contemporana descopera alte surse de conflict care provin din primul an de viata, in special din relatia timpurie cu mama. Inconstientul psihic poate sa provoace in anumite circumstante imbolnavirea psihica.

PSIHANALIZA CA PSIHOLOGIE

Psihanaliza nu poate fi decat o psihologie a inconstientului. Exista *o psihologie a constientului* si

exista *o psihologie a inconstientului* care porneste de la descoperirea facuta de Freud in clinica.

Deosebirea consta in obiectul de studiu:

Psihologia constientului = totalitatea fenomenelor psihice care sunt accesibile in mod direct constiintei;

Psihologia inconstientului = acea zona a psihicului care nu poate fi accesibila constiintei decat in mod indirect prin intermediul unui travaliu de interpretare.

Legitimitatea ei; inconstientul este o zona a psihicului descoperita mai intai in clinica psihanalitica pe baza studiului bolnavilor psihici. Pentru a trece de la psihopatologie la psihologia starii de sanatate este nevoie de un demers de legitimare (extrapoleaza in mod nelegitim cunostintele de psihopatologie in domeniul psihologiei starii de sanatate). Intre boala psihica si sanatatea psihica diferenta este doar de grad si nu este vorba de o diferenta calitativa. Sanatatea si boala psihica sunt constructe mentale ca doua extreme intre care exista o suma de situatii intermediare, fiecare individ situandu-se undeva mai aproape de una sau de cealalta, dar avand in sine toate elementele care ar putea sa-l faca bolnav sau sanatos. “Si oamenii sanatosi au inconstient” – structura fundamentala este identica. Principiul pe baza caruia Freud trece de la psihopatologie la sanatate: diferenta este doar graduala intre boala si sanatatea psihica. Aceasta idee a lezat initial la aparitia psihanalizei pentru ca reprezenta o leziune narcisica pentru oamenii sanatosi. Este reluata de Jung in ceea ce priveste psihozele. Principala idee a psihologiei psihanalitice este ca psihicul nu se reduce la constiinta asa cum s-a crezut pana la aparitia psihanalizei. Psihicul are doua nivele: psihism constient si psihism inconstient. Intre aceste doua nivele exista o relatie importanta, adica inconstientul cauta sa revina in constiinta, sa se manifeste acolo si realizeaza acest lucru in forme mascate. Toate fenomenele de care se ocupa psihanaliza (simptomul, visul, actul ratat etc) sunt expresii in plan constient a unor continuturi inconstiente. Pentru ca acest continut se manifesta decat in plan deghizat, la inconstient nu putem ajunge decat indirect – prin interpretare. Ideea de inconstient in psihanaliza a cunoscut o dezvoltare. Prima conceptie ii apartine lui Freud = inconstientul este in esenta preistoria dezvoltarii libidoului (legat de sexualitatea infantila) (complexul Oedip – fenomen central al nevrozelor). Dupa 1920 Freud descopera ca pe langa acest inconstient mai exista un alt inconstient, cel de sus, care incorporeaza anumite norme culturale. Insasi cenzura este o instanta inconstienta. Cenzura capata alt nume = Supra Eu. (Freud – “omul sanatos este cel capabil sa munceasca si sa iubeasca”). Adler respinge ideea ca inconstientul ar avea continuturi instinctuale si, pe baza experintei sale clinice, afirma ca inconstientul are de fapt continuturi sociale. Aceste continuturi ar fi: vointa de autoafirmare si complexele de inferioritate, care tin de fenomenele de relationare ale individului in cadrul familiei si comunitatii. Jung (ce incearca ca si Adler desexualizarea inconstientului) fara a contesta descoperirea lui Freud, considera aceasta descoperire unilaterala, si sustine ca alaturi de inconstientul personal descris de Freud si Adler, exista un inconstient mai profund, suprapersonal care este inconstientul colectiv care se formeaza in filogeneza si care in esenta incorporeaza experientele fundamentale ale speciei omului.

Psihanaliza contemporana stabileste noi continuturi ale inconstientului care tin de relatia cea mai precoce cu mama, cea din primul an de viata.

METAPSIHOLOGIE

Era inteleasa de Freud ca nivelul teoretic cel mai inalt al psihologiei psihanalitice. Metapsihologia este filosofia din cadrul psihanalizei.

Freud are o atitudine ambivalenta fata de metapsihologie:

- *pe de o parte respinge filosofia de teama sa nu fie invinuit ca teoria sa nu este stiintifica;*
- *pe de alta parte se vede atractia evidenta in lucrarile sale. In 1920 publica "Dincolo de principiul placerii" lucrare de filosofie ce isi propune sa explice misterul vietii. Din punct de vedere filosofic Freud este dualist: Eros si Thanatos. Viata reprezinta o infruntare intre fortele care sustin si cele care distrug viata. Lanseaza ipoteza despre un instinct al mortii: la om exista o forta instinctuala al carui scop este distrugerea vietii*.

PSIHANALIZA APLICATA

Este acel demers care studiaza produsele inalte ale culturii din perspectiva ideii de inconstient. Religia, arta, filosofia, chiar stiinta sunt studiate pentru a vedea elementele inconstientului pe care le incorporeaza. Cele mai frecvente domenii studiate sunt religia si arta. Aceste fenomene sunt studiate diferit din perspectivele psihanalistilor diferiti:

Ex: religia

- Freud a studiat religia din perspectiva inconstientului personal. Religia este o iluzie care se va risipi in viitor.
- Jung a studiat religia din perspectiva inconstientului colectiv. Religia este o manifestare simbolica a arhetipului. Ea mijloceste intre inconstientul colectiv si constient.